

przez bakterię z grupy paciorkowców. Choroba objawia się silnym bólem gardła, nasilającym się przy połykaniu, wysoką gorączką, ogólnie złym samopoczuciem a czasami także bólami kostno-stawowymi. Podczas badania lekarskiego lekarz może zaobserwować u pacjenta znacznie powiększone, zaczerwienione migdałki podniebienne z ropnymi nalotami – obraz ten jest bardzo charakterystyczny. Nieleczona angina może skutkować poważnymi powikłaniami miejscowymi jak powstanie ropnia w gardle czy powikłaniami odległymi jak choroba reumatyczna albo zapalenie nerek.

Kiedy nadchodzi jesień i zima dzieci coraz krócej przebywają na świeżym powietrzu, coraz więcej czasu spędzają w czasami zadymionych i ciasnych mieszkaniach, które odwiedzają zakatarzeni i kaszlący o tej porze roku ludzie. Dieta staje się uboższa w zawierające witaminy owoce i warzywa. Dzieci narażone są na znaczne różnice temperatur. Wszystkie te czynniki sprzyjają występowaniu pospolitych o tej porze roku infekcji dróg oddechowych. Są to choroby zakaźne, w 80-90% wywoływane przez wirusy. Zakażenie bakteryjne rzadko występuje jako pierwotne, częściej zaś jako wtórne do zakażenia wirusowego. Wirus osłabia i uszkodza błony śluzowe dróg oddechowych, ułatwiając bakteriom wnikanie do organizmu.

Wirusy są przyczyną 70-80% wszystkich zapaleń gardła. Jeżeli nagłemu bólowi gardła towarzyszy wysoka temperatura z utrudnionym połykaniem, wymioty z objawami ogólnymi musimy pomyśleć o bakteryjnym zapaleniu gardła. Na śluzówkach gardła widać wówczas ropny nalot. Wirusowe zapalenie gardła leczymy lekami objawowymi. W przypadku bakteryjnego zapalenia gardła lekarz zaleca antybiotyki.

Pomocy lekarskiej szukamy w przypadku:

- Bardzo nasilonych objawów ogólnych (wysoka gorączka, nasilone wymioty, uciążliwy ból głowy, osłabienie).
- Braku poprawy po trzech dniach leczenia objawowego.
- Pojawienia się wysokiej gorączki w trakcie trwającej infekcji wirusowej.
- Utrzymującego się bardzo złego samopoczucia.
- Braku reakcji na leki przeciwgorączkowe.
- Utrudnionego oddychania i wysiłku przy oddychaniu, duszności.
- Szczekającego kaszlu i świstu krtaniowego (w takiej sytuacji należy szczególnie pilnie skontaktować się z lekarzem, a przy znacznych trudnościach z oddechem należy wezwać pogotowie).
- Po zastosowaniu leków objawowych istnieje konieczność ponownego przebadania dziecka przez lekarza, w drugiej lub trzeciej dobie trwania choroby, celem wykluczenia lub potwierdzenia powikłań.

Jak uniknąć grypy u dzieci

- **należy dbać o kondycję dziecka** (spacery, zachęcanie do sportu);
- **zadbać o wypoczynek dziecka** (wysypianie, czas wolny);
- **należy ubierać dziecko właściwie do pogody** (uniknąć wyziębienia, przegrzania);
- **należy zapewnić właściwą dietę** (unikanie słodczy i przekarmiania, warzywa i owoce bogate w witaminy, odpowiednia ilość białka);
- **należy utrzymywać odpowiedni mikroklimat w mieszkaniu** (temperatura, nawilżenie powietrza);